

Benodigde sportmaterialen

Sportrichtingen 2^e en 3^e graad



Overzicht en toelichtingen

Instituut Mariaburcht
Stevoortsekiezel 425
3512 Hasselt (Stevoort)
011 31 15 17
<https://www.i-mas.be>
info@i-mas.be

Verplichte materialen

1 Sportkledij JAKO

Bestellen van de sportkledij van JAKO verloopt via de webshop van Printcity. Hier kan u terugvinden wat verplicht is en wat optioneel is om aan te kopen. Verder vindt u meer info over het bestellen van LO-kledij in de infobrochure van het huidige schooljaar.

2 Zwarte joggingsbroek

Je kan een zwarte trainingsbroek van JAKO bestellen maar een eigen zwarte, effen joggingsbroek of legging is ook toegestaan.

3 Binnensportschoenen (1 paar)

Stevige en degelijke schoenen voor alle indoorsporten zijn vereist. Geen zaalvoetbalschoen of sneakers. De schoenen mogen geen strepen maken op de vloer en worden enkel indoor gebruikt.

4 Buitensportschoenen (1 paar)

Deze schoenen dienen enkel buiten gebruikt te worden en zijn geschikt voor volgende sporten: atletiek, padel, omnisport, ... Zorg voor schoenen met een goede schokdemping en stabiliteit. Geen spikes of noppen onder de schoenen.

5 Naamlabels

Wij vragen om alle kledij te markeren, liefst aan de buitenkant, met de naam van uw zoon/dochter. Bij verlies kan dit helpen om de kledij snel terug te bezorgen.

6 Zwempak uit 1 stuk (meisjes)

Een sportief badpak uit één stuk is verplicht. Tweedelige badkleding (bikini's) zijn niet toegestaan.

7 Strakke zwembroek (jongens)

Losse zwemshort is verboden. De zwembroek mag een langer model zijn, maar moet tot boven de knie komen.

8 Badmuts

Verplicht voor iedereen, ook voor jongens met korte haren.

9 Zwembril

Dit is voor een beter zicht onder water en om minder last te hebben van de ogen na het zwemmen.

10 Zwemvliezen

Voorkeur gaat naar korte zwemvliezen (geen lang model). Je koopt best zwemvliezen in dezelfde maat als jouw schoenen. Zwemvliezen mogen zeker niet te krap of te los zitten.

11 Hartslagmeter

Je bepaalt zelf welk type/model/merk maar voorkeur gaat naar hartslagmeting aan de pols. Daarnaast moet de hartslag direct af te lezen zijn. Daarnaast is het belangrijk dat de hartslagmeter gekoppeld kan worden aan een Strava account.

12 Stevige sport-BH (meisjes)

De meisjes zorgen voor een stevige sport-BH die voldoende ondersteuning biedt tijdens het sporten.

13 Hangslot

Kleedkamers worden niet gesloten. Om diefstal tijdens de praktijklessen te voorkomen raden wij aan om een hangslot te voorzien. De lockers kan men vrij gebruiken in de sporthal/turnzaal. De school kan niet aansprakelijk gehouden worden voor diefstal van kostbare spullen.

14 Eigen fiets

Bepaalde periodes in het jaar moet je kunnen beschikken over een eigen fiets op school die technisch en wettelijk in orde is, inclusief fluohesje en bij voorkeur ook een fietshelm. Je wordt door de betrokken leerkrachten tijdig op de hoogte gebracht wanneer je deze fiets nodig hebt om verplaatsingen te kunnen doen.

Niet-verplichte materialen

15 Turnslofjes en turnleertjes/tape

In de gymnastiekzaal neemt men deel aan de les op blote voeten, niet op sokken. Men kan specifieke turnslofjes aanschaffen. Deze mogen gedragen worden tijdens gymnastiek.

16 Handschoenen / buff / muts / regenjas

Bepaalde sportlessen gaan buiten door, ook in de winterperiode of bij slecht weer. Het is belangrijk dat de leerling zijn/haar kledij kan aanpassen aan de weersomstandigheden.

Aan te kopen na toelichting door de vakleerkracht

17 Pocketmasker

18 Werkkledij / -handschoenen / -schoenen (stalen tip)

19 Scheidsrechterfluitje

De voorkeur gaat uit naar een fluitje Fox 40.

Doorstroom finaliteit

Sportwetenschappen

Verplichte materialen	3SW	4SW	5SW	6SW
1 Sportkledij JAKO	x	x	x	x
2 Zwarte joggingsbroek	x	x	x	x
3 Binnensportschoenen	x	x	x	x
4 Buitensportschoenen	x	x	x	x
5 Naamlabels	x	x	x	x
6 Zwepak uit 1 stuk (m)	x		x	x
7 Strakke zwembroek (j)	x		x	x
8 Badmuts	x		x	x
9 Zwembril	x		x	x
10 Zwemvliezen	x		x	x
11 Hartslagmeter	x	x	x	x
12 Stevige sport-BH (m)	x	x	x	x
13 Hangslot	x	x	x	x
14 Eigen fiets				
<i>Niet-verplichte materialen</i>				
15 Turnslofjes en turnleertjes/tape				
16 Handschoenen / buff / muts / regenjas				
<i>Aan te kopen na toelichting door de vakleerkracht</i>	3SW	4SW	5SW	6SW
17 Pocketmasker				
18 Werkkledij / -handschoenen / -schoenen				
19 Scheidsrechterfluitje				

Dubbele finaliteit

Sport(begeleiding)

Verplichte materialen	3SP	4SP	5SP	6SP
1 Sportkledij JAKO	x	x	x	x
2 Zwarte joggingsbroek	x	x	x	x
3 Binnensportschoenen	x	x	x	x
4 Buitensportschoenen	x	x	x	x
5 Naamlabels	x	x	x	x
6 Zwepak uit 1 stuk (m)	x		x	*
7 Strakke zwembroek (j)	x		x	*
8 Badmuts	x		x	*
9 Zwembril	x		x	
10 Zwemvliezen	x		x	
11 Hartslagmeter	x	x	x	x
12 Stevige sport-BH (m)	x	x	x	x
13 Hangslot	x	x	x	x
14 Eigen fiets		x	x	x
<i>Niet-verplichte materialen</i>				
15 Turnslofjes en turnleertjes/tape				
16 Handschoenen / buff / muts / regenjas				
<i>Aan te kopen na toelichting door de vakleerkracht</i>	3SP	4SP	5SP	6SP
17 Pocketmasker				*
18 Werkkledij / -handschoenen / -schoenen				
19 Scheidsrechterfluitje			x	x

*In die kiezen voor keuzeproject Hoger Redder

Arbeidsgerichte finaliteit

Beweging en Sport

Verplichte materialen	3BS	4BS	5BS	6BS
1 Sportkledij JAKO	x	x	x	x
2 Zwarte joggingsbroek	x	x	x	x
3 Binnensportschoenen	x	x	x	x
4 Buitensportschoenen	x	x	x	x
5 Naamlabels	x	x	x	x
6 Zwepak uit 1 stuk (m)	x	x	x	*
7 Strakke zwembroek (j)	x	x	x	*
8 Badmuts	x	x	x	*
9 Zwembril	x	x	x	
10 Zwemvliezen				
11 Hartslagmeter		x	x	x
12 Stevige sport-BH (m)	x	x	x	x
13 Hangslot	x	x	x	x
14 Eigen fiets	x	x	x	x
<i>Niet-verplichte materialen</i>				
15 Turnslofjes en turnleertjes/tape				
16 Handschoenen / buff / muts / regenjas				
<i>Aan te kopen na toelichting door de vakleerkracht</i>	3BS	4BS	5BS	6BS
17 Pocketmasker				*
18 Werkkledij / -handschoenen / -schoenen			x	x
19 Scheidsrechterfluitje				

*In die kiezen voor keuzeproject Hoger Redder